

令和2年(2020年)

7/1

No.1434



区のおしらせ

ちゅうおう

暮らしや働き方の

新しい日常を实践しましょう

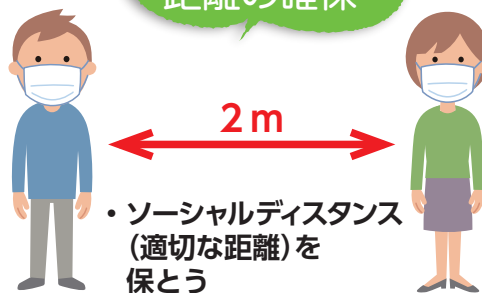
(都のホームページから一部抜粋)

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、暮らしや働く場での感染拡大を防止する習慣＝「新しい日常」を一人一人が実践しましょう。

手洗いの徹底・マスクの着用



人との距離の確保



「3つの密」を避けて行動



買い物

- ・レジで並ぶ時は間隔を空けよう



- ・通販やキャッシュレスも活用しよう

働き方

- ・テレワークや時差出勤を広げよう



- ・換気や消毒など、職場に応じた工夫をしよう

食事

- ・座り方を工夫しよう
- ・テイクアウトやデリバリーも利用しよう
例えば「デリバリー&テイクアウト in 中央区」を利用しよう



中央区観光協会と中央区商店街連合会では、会員である飲食店のデリバリーやテイクアウトのメニューを観光協会のホームページで紹介しています。老舗や名店の味をご自宅でお楽しみいただけます。お届けや予約などの詳細はホームページを参照の上、各店舗にお問い合わせください。

☎中央区観光協会 ☎(6228)7907

中央区商店街連合会 ☎(6228)7905

新型コロナウイルス感染症に対する本区の対応について

6月11日(木)、「東京アラート」が解除され、緩和措置が「ステップ3」に移行し、新型コロナウイルス感染症拡大防止への取り組みは着実に進んでいるものと受け止めております。これもひとえに、区民お一人お一人の多大なご理解とご協力の成果であり、深く感謝申し上げます。

本区においては、これまで5月1日付けの対応方針を基本とした対応を行う中で、区施設の休業など、区民の皆さんに大変ご不便をお掛けしてまいりましたが、今後は国および都の方針を踏まえ、必要な感染防止策を講じた上で、段階的に区施設の再開、イベントなどの開催を行ってまいります。

区としては、「新しい日常」の下、一日も早く活力ある中央区を取り戻せるよう、全力で取り組んでまいります。

「第31回中央区大江戸まつり盆おどり大会」 「令和2年度中央区敬老大会」中止のお知らせ

例年実施している本行事開催に向け、準備を進めていましたが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、今年度の開催を中止します。

開催を心待ちにされていた皆さんには大変申し訳ありませんが、ご理解くださいますよう、よろしくお願いいたします。

◎盆踊り練習会も行いません。

- ☎中央区大江戸まつり盆おどり大会について
中央区大江戸まつり実行委員会事務局(地域振興課コミュニティ支援係)
☎(3546)5337
- ・中央区敬老大会について
高齢者福祉課高齢者福祉係
☎(3546)5354

凡例

問い合わせ(申込)先

HP

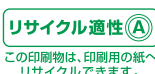
ホームページアドレス

E

メールアドレス

掲載のイベントについて

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、中止とする場合があります。最新の情報は区のホームページをご覧ください。



公務員の方の

「令和2年度子育て世帯への臨時特別給付金」の申請

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯の生活を支援するため、公務員(児童手当を職場で受給している方)の臨時特別給付金の受け付けを開始します。

○公務員以外の児童手当受給者は、6月30日(火)に振り込みをしています。振り込みが確認できない場合は、お問い合わせください。

支給対象者

①令和2年3月31日時点で中央区在住の公務員で、令和2年4月分の児童手当受給者

②令和2年2月29日時点で中央区在

新型コロナウイルス感染症の感染防止のための

出産支援祝品(タクシー利用券)の追加支援

妊婦さんが、新型コロナウイルスの感染を防ぐため定期健診や買い物などに公共交通機関の使用を避けてタクシーを利用する機会が増えることから、区が独自に贈呈している出産支援祝品(タクシー利用券1万円)に加え、さらにタクシー利用券1万円を贈呈します。

・令和2年5月7日(木)の時点で妊婦であり、申請日において区内在住の方

・申請日において妊婦であり、区内在住の方

申請期限

9月30日(水)まで

申請に必要なもの

郵送の場合

・新型コロナウイルス感染拡大防止

対象

次のいずれかに該当する方

住の公務員で、令和2年3月分の児童手当受給者(令和2年3月まで中学生だった児童などがある方)

○特例給付受給者(児童1人につき月額5,000円受給している方)は対象外です。

申請手続

勤務先から配布される申請書に必要事項を記載し、児童手当の受給者であることの証明を受け、郵送で子育て支援課子育て支援係へ申請してください。

支給額

児童1人につき10,000円

申請期間

7月1日(水)から14日(火)まで

○申請の最終期限は12月28日(月)です。

支給日

7月31日(金)(予定)

○申請が遅れた方は、給付金の支給が8月以降になります。

子育て支援課子育て支援係

☎(3546)5350

のための追加支援分申請書

・妊娠が確認できる母子健康手帳の妊娠経過欄または出生の証明欄の記載のあるページの写し

窓口申請の場合

・新型コロナウイルス感染拡大防止のための追加支援分申請書

・妊娠が経過欄記載で確認できる母子健康手帳または診断書

・健康保険証など申請者が本人であることを確認できるもの

・印鑑(朱肉を使うもの)

○申請書は申請場所で配布している他、区のホームページからダウン

ロードすることもできます。

○申請は、本人または同居の親族ができます。それ以外の方は、委任状が必要です。

申請場所

・区役所6階子育て支援課

・日本橋・月島特別出張所

・中央区保健所健康推進課

・日本橋・月島保健センター

○詳しくは、区のホームページをご覧ください。

子育て支援課子育て支援係

☎(3546)5350



フレイル(虚弱)を予防しましょう

新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、外出する機会が減り、運動不足になることで、心身や認知機能の低下、免疫力の低下などが心配されています。

自宅でもできる簡単な運動などに取り組み、フレイルを予防しましょう。

高齢者福祉課高齢者活動支援係

☎(3546)5334

訪問健康づくりのご案内

健康教室に通うことが困難な方の自宅に保健師が訪問し、健康状態に合わせて、1回2時間程度、簡単な体操や健康づくりのお話をします。また、お電話での相談やアドバイスも行っています。

フレイルの進行が心配な方、気持ちが沈んでうつ傾向の方など、ぜひお気軽にご相談ください。

訪問までの流れ

電話による申し込み受け付けの後、健康状態や健康づくりの目標などを確認するために一度ご自宅に伺った後、定期的な訪問をスタートします。

訪問期間

月1~2回3カ月間

○最長6カ月まで継続が可能です。

○日程はご相談の上、決定します。

対象

健康教室に通うことが困難な65歳以上の区内在住者(要支援・要介護認定を受けていない方)

内容

・健康づくりに関する相談

・ご自宅でもできる体操や口腔ケアなどの紹介

・体調に合わせた食事の取り方の紹介

費用

無料



「中央粋なまちトレーニング(粋トレ)」

に取り組みましょう

「粋トレ」は、転倒予防や認知機能の向上などに効果のある中央区オリジナルの介護予防プログラムです。

ぜひ粋トレをご自宅実践し、体力・免疫力のアップに役立てましょう。

動画は区のホームページから見ることができます。

粋トレには7種類の体操があります

- ① ウォーミングアップ 最初に体をほぐす体操
- ② 基本の体操 粋トレの基本となる体操

それぞれの体操は約3分です

基本の体操は座って行うことも、立って行うこともできます



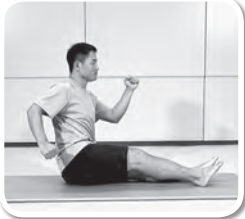
- ③ ボール体操 新聞紙とレジ袋で作るボールを使って行う体操



- ④ タオル体操 タオルを使って行う体操



- ⑤ マット体操 床やマットに座ったり、あおむけになって行う体操



- ⑥ ペア体操 2人組になり椅子に座って行う体操

- ⑦ クールダウン 最後に呼吸を整える体操

実感! 粋トレを行うとこんな効果が期待できます!

足の筋肉が付いた

体のバランス能力が上がった

歩くスピードが速くなった

100%

95.2%

92.7%



●粋トレを3カ月間継続して行った体験モニターの、体力測定の結果より

小まめに水分補給を行い、熱中症に気を付けましょう

凡例

お問い合わせ(申込)先

HP

ホームページアドレス

Eメール

メールアドレス

区のおしらせ

ちゅうおう

区の公式SNSなど

区役所

Twitter

Facebook

Instagram

YouTube

喫煙する人もしない人も 気持ちよく過ごせる 環境づくりにご協力を

公共の場所(区内全域の公道、公園、広場)での受動喫煙を防止するため、7月1日(水)から「中央区受動喫煙防止対策の推進に関する条例」が施行されました。

喫煙者が守るべきルール

- 公共の場所では、指定喫煙場所以外で喫煙をしない



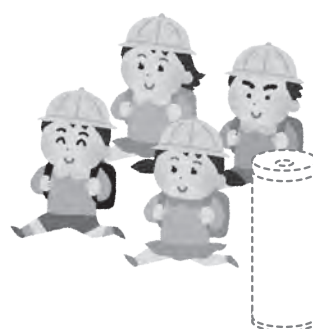
- 私有地で喫煙をする場合であっても、公共の場所にいる人にたばこの煙を吸わせない

- 近くに子どもや妊婦など健康に配慮が必要な人がいるときは喫煙を控える



灰皿を設置する事業者が守るべきルール

- 人通りの多い場所の近くに灰皿を置かない



- 子どもの通学時間帯に灰皿を使わせない

- 喫煙をする人が多いときは、譲り合っての利用を呼び掛ける



指定喫煙場所の設置

区では、指定喫煙場所を設置して分煙環境の確保に努めています。喫煙は指定喫煙場所で行ってください。別図のマークが目印です。

所在地など詳しくは区のホームページをご覧ください。



別図



巡回パトロール員

区では、ルールを守ってもらうために、巡回パトロール員による声掛けをしています。



問中央区受動喫煙防止対策コールセンター
☎0570(060)131
(祝日・休日、年末年始を除く月～金曜日の午前9時～午後5時)

中央区保健所生活衛生課受動喫煙対策担当
☎(3546)5762

凡例
お問い合わせ(申込)先
HP
ホームページアドレス
Eメール
メールアドレス

ちゅうおう安全・安心メールの配信

現在登録している方も再登録をお願いします



配信情報

防犯情報、消費生活情報、地震、津波、気象警報・注意報、災害時の緊急のお知らせ、荒川洪水予報、神田川洪水予報、週末の天気予報、熱中症情報、竜巻注意情報

熱中症情報のご利用を

9月30日(水)までの期間、熱中症情報が配信されます。暑い夏を健康に乗り切るため、ぜひご活用ください。

危機管理課危機管理担当

☎(3546)5087

ちゅうおう安全・安心メールとは

気象・地震などの情報、区内で発生した犯罪や子どもを狙った犯罪に関する情報、消費生活に関する情報などを、速やかに携帯電話などにメールで配信するサービスです。メール

の配信を希望される方は、お持ちの携帯電話などから登録してください。登録は案内に従い簡単にできますので、多くの方の登録をお待ちしています。

◎登録・配信(情報料)は無料ですが、

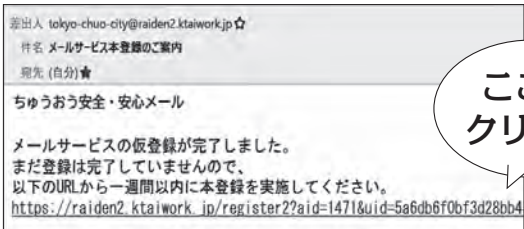
受信料はご負担願います。

現在登録している方へ

7月1日(水)からサービス事業者が新しくなるため、現在登録されている方も、再登録をお願いします。

利用登録手順

- ①下記のEメールアドレスに、空メールを送信してください。
 - ✉ bousai.tokyo-chuo-city@raidan2.ktaiwork.jp
 - ◎二次元コードからEメールアドレスを読み取ることもできます。
 - ◎メールの指定拒否、指定受信などの設定をされている方は「@raidan2.ktaiwork.jp」からのメール受信許可をお願いします。
 - ◎一つのアドレスから一つの言語のみ登録可能です。
- ②登録用メールが返信されますので、メール本文に記載されたアドレスをクリックして登録画面へ進んでください。



- ③配信情報の選択を行ってください。

ユーザー情報登録

○メールアドレス

○配信情報(複数選択可)

[必須]

- ☐ 防犯情報
- ☐ 消費生活情報
- ☐ 地震
- ☐ 津波
- ☐ 気象警報・注意報
- ☒ 災害時の緊急なお知らせ
- ☐ 荒川洪水予報
- ☐ 神田川洪水予報
- ☒ 週末の天気予報
- ☐ 熱中症情報
- ☐ 竜巻注意情報

次へ

受け取りたい配信情報を選択

- ④地震、津波、気象警報・注意報、熱中症情報を選択した場合については詳細設定を行ってください。

地震の詳細設定

○グループ(複数選択可)

[必須]

- ☐ 東京23区震度5弱以上
- ☐ 東京23区震度4以上
- ☐ 東京23区震度3以上
- ☐ 全国震度5以上

戻る 次へ

津波の詳細設定

○グループ(複数選択可)

[必須]

- ☐ 津波注意報以上
- ☐ 津波警報以上

戻る 次へ

- ⑤設定内容の確認を行ってください。

設定内容の確認

次の内容でよろしければ「登録」を、再度編集する場合は「戻る」を選択してください。

○メールアドレス

○配信情報

- 防犯情報
- 消費生活情報
- 地震
 - 東京23区震度5弱以上
 - 全国震度5以上
- 津波
 - 津波警報以上
- 気象警報・注意報
 - 大雨警報・特別警報
 - 洪水警報
 - 暴風警報・特別警報
 - 暴風雪警報・特別警報
 - 大雪警報・特別警報
 - 波浪警報・特別警報
 - 高潮警報・特別警報
- 災害時の緊急なお知らせ
 - 荒川洪水予報
 - 神田川洪水予報
 - 週末の天気予報
 - 竜巻注意情報

設定内容の確認を行ったら **登録** をクリックして完了です

戻る 登録

Chuo Safety and Security Mail

In Chuo city, we provide a service that emails disaster information etc. to mobile phones and PCs registered in advance so that citizens can receive disaster information quickly and accurately. Please use it as a means of information acquisition at the time of disaster.

◇ Delivery content ◇

【English】英語

The email will be sent from Chuo city Hall.

- Weather emergency warning
- Weather warning
- Crime Prevention Information
- Consumer Life Information

✉ en-bousai.tokyo-chuo-city@raidan2.ktaiwork.jp



【简体中文】中国語（簡体字）

电子邮件是从中央市政厅发送的。

- 气象特别警报
- 气象警报
- 预防犯罪信息
- 消费生活信息

✉ cn-bousai.tokyo-chuo-city@raidan2.ktaiwork.jp



【繁体中文】中国語（繁体字）

電子郵件是從中央市政廳發送的。

- 氣象特別警報
- 氣象警報
- 預防犯罪信息
- 消費生活信息

✉ ch-bousai.tokyo-chuo-city@raidan2.ktaiwork.jp



【한국어】韓国語

중앙구청에서 메일이 전송됩니다

- 기상 특별경보
- 기상경보
- 방범 정보
- 소비생활 정보

✉ ko-bousai.tokyo-chuo-city@raidan2.ktaiwork.jp



Contact information
Chuo city Risk and Crisis Management Division
TEL 03-3546-5087

「こども安全安心メール」の配信



現在登録している方の
再登録は不要



区では、警察や地域の方から連絡のあった不審者の目撃情報などを、携帯電話やパソコンで利用できるメールを介して、幼稚園や小・中学校などに通うお子さんの保護者の方にお知らせしています。利用をご希望の方は、随時受け付けていますのでお申し込みください。

◎登録・配信は無料ですが、受信料は自己負担となります。

◎ちゅうおう安全・安心メールと異なり、現在登録している方が再度登録する必要はありません。

申し込み方法

区立幼稚園や小・中学校に通っている場合

現在通っている幼稚園、学校に申し込む。

区内在住者で私立小・中学校などに通学している場合

区役所6階学務課学事係に申込者の本人確認ができるもの(健康保険証など)を持参して申し込む。

区学務課学事係

☎(3546)5514

医療相談窓口

～ご相談は専用電話で受け付けています～

自分や家族が受けた診断や治療、薬など医療に関しての不安や疑問はありませんか。

「医療相談窓口」では、さまざまな医療に関する相談などをお受けするとともに、解決の糸口を探すお手伝いをしています。

受け付け日時
月～金曜日(土・日曜日、祝日・休日、年末年始を除く)
午前9時～午後4時

業務内容

- ・専任の相談員(看護師)が医療に関する相談や、区内の診療所・歯科診療所などに関する苦情および相談をお受けします。
- ・患者さんと診療所・歯科診療所などとの信頼関係の構築を支援します。
- ・中立的な立場から相談業務を行い、問題解決に向けた助言を行います。
- ・相談に当たっては、相談者のプライバシーを保護し、相談により不利益を被ることがないようにします。

例えばこんな時に

- ・自宅付近の医療機関を知りたい。
- ・医療についてどこに相談したら良

いのか分からない。

- ・医師や看護師などの職員の対応が気になる。
- ・治療についての説明を受けたが、その内容が分からない。
- ・薬の説明が分からない。

◎医療行為における過失や因果関係の有無・責任の所在を判断・決定したり、診療所・歯科診療所などとの紛争の介入や調停はできません。また、医療機関の良しあしの判断や評価もできません。

相談専用電話
☎(3545)1875

◎病院に関しては、東京都医療安全支援センターにご相談ください。

東京都医療安全支援センター(患者の声相談窓口)
☎(5320)4435

☎中央区保健所生活衛生課医事薬事係
☎(3541)5937



中央区子ども・子育て会議

委員募集

中央区子ども・子育て会議は、子ども・子育て支援に関する施策の総合的かつ計画的な推進に関し必要な事項およびこれらの施策の実施状況などについて審議を行う区の附属機関です。

区民の皆さんから幅広いご意見をいただくため、委員として会議に参加してくださる方を募集します。

なお、公募委員以外の委員は、学識経験者や子育て支援事業従事者などで構成される予定です。

応募資格
次の全てに該当する方

- ・区内在住者(7月1日現在)
- ・0歳から小学生までのお子さんがある保護者またはこれから子育てを考えている方で、子ども・子育てに関心のある方
- ・国または地方公共団体の議員および常勤の公務員以外の方
- ・本区の他の附属機関の委員などに就任していない方
- ・年3回程度、平日夜間(午後6時30分から2時間程度)に開催される「中央区子ども・子育て会議」に出席できる方(状況によりさらに回数が増える場合があります)

◎お子さんの保育が必要となる場合は託児対応をします。

募集人員
3人

任期
2年(9月1日から令和4年8月

31日までの予定)

応募方法
7月27日(必着)までに次の書類を郵送または持参して応募する。

- ・所定の応募用紙
- ・作文 テーマ「中央区の子育て支援について地域でできること」(800字程度)

◎作文は、区が策定した「第2期中央区子ども・子育て支援事業計画(中央区こどもすくすくえがプラン)」をご覧の上、テーマに対する考えをお書きください。なお、計画の内容については区のホームページをご覧ください。

◎応募用紙は区役所6階子育て支援課、日本橋・月島特別出張所に置いてあります。また、区のホームページからダウンロードすることもできます。

選考方法

- ・一次選考 書類審査
- ・二次選考 面接(一次選考通過者のみ、8月上旬頃実施予定)

◎選考結果はいずれも応募者全員に通知します。

報酬
委員には、会議出席ごとに、区で定める基準に基づき報酬をお支払いします。

☎〒104-8404
中央区築地1-1-1
子育て支援課子育て支援係
☎(3546)5351

青少年の非行・被害防止全国強調月間

7月1日(水)～31日(金)

内閣府では、7月を「青少年の非行・被害防止全国強調月間」とし、青少年の非行防止などについて取り組みの強化を図っています。

青少年を取り巻く社会環境の変化は著しく、インターネットやスマートフォンを悪用した犯罪の発生、薬物乱用や性非行の多発、さらには学校でのいじめや不登校、学級崩壊なども懸念されています。加えて近年

別表 (単位:人)

学職	年次	平成30年	令和元年	増△減(対前年)
	在学少年			
	小学生	19	27	8
	中学生	39	24	△15
	高校生	217	139	△78
	大学生	5	3	△2
	その他	13	7	△6
	計	293	200	△93
一般少年	有職	8	8	0
	無職	19	11	△8
	計	27	19	△8
合計		320	219	△101

区内の少年非行の概況

区内警察署管内で昨年1年間に検挙・補導された非行少年などは別表のとおり219人です。

区では中央・久松・築地・月島補導連絡会や青少年対策地区委員会を中心に、青少年の非行防止や健全育成活動を推進しています。皆様のご理解とご協力をお願いします。

☎文化・生涯学習課青少年係
☎(3546)5304

月島スポーツプラザ

リニューアルオープン

月島スポーツプラザは大規模改修工事を終え、8月3日(月)にリニューアルオープンします。機械設備の更新やトイレの洋式化、多目的トイレの設置、プール床の防滑処理などを施し、より使いやすくなりました。

開館時間
プール
午前7時
武道場、会議室
午前9時

利用案内
月島スポーツプラザには、プール、第一武道場・第二武道場、会議室があります。プールは個人利用、団体貸し切り利用ができます。武道場と会議室は団体貸切利用で、第一武道場は柔道・合気道、第二武道場は剣道・空手道、会議室は会議や研修などに利用できます。

◎新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、利用人数などの制限があります。

8・9月分の団体利用申し込み
8月3日(月)～9月30日(水)利用分のプール、武道場、会議室の団体利用申し込みは、下記のとおり行います。申し込みが重複した場合は抽選となります。なお、8月中はプールの団体利用はできません。

申込開始日
8月1日(土)9時～

申込受付場所
月島スポーツプラザ

◎申し込みは、直接来館し、利用料金の納入が必要です。

◎申し込み後の変更および利用料金の還付はできません。

☎スポーツ課体育施設係
☎(3546)5529
月島スポーツプラザ
☎(3534)5883

◎月島スポーツプラザの電話の設置は7月下旬を予定しています。

飲酒運転させないTOKYOキャンペーン

7月1日(水)～7日(火)

飲酒運転は、重大な交通事故につながる悪質・危険な犯罪で、厳しく罰せられます。

これから夏本番を迎え、飲酒の機会が増えると、飲酒運転や飲酒運転に起因する交通事故の増加が懸念されます。私たちのまちを安全で安心なまちにするために、一人一人が次の点に心掛けて、飲酒運転をなくしましょう。

- ・お酒を飲んだら絶対に運転はしない。
- ・お酒を飲んだ人には車を貸さない。

- ・運転する人にはお酒を出さない・勧めない。
- ・お酒を飲んだ人には運転をさせない・同乗しない。

皆様のご理解とご協力をお願いします。

☎環境政策課交通対策係
☎(3546)5443



凡例
お問い合わせ(申込)先
HP
ホームページアドレス
Eメール
メールアドレス

国民健康保険高齢受給者証の更新 (70～74歳の方)

現在、国民健康保険に加入している方で、高齢受給者証をお持ちの方は、7月31日(金)が有効期限です。

8月1日(土)から有効の高齢受給者証は、7月下旬に郵送します。

高齢受給者証の負担割合は、前年度の所得をもとに判定されます(負担割合の詳しい判定方法は別図1のとおり)。



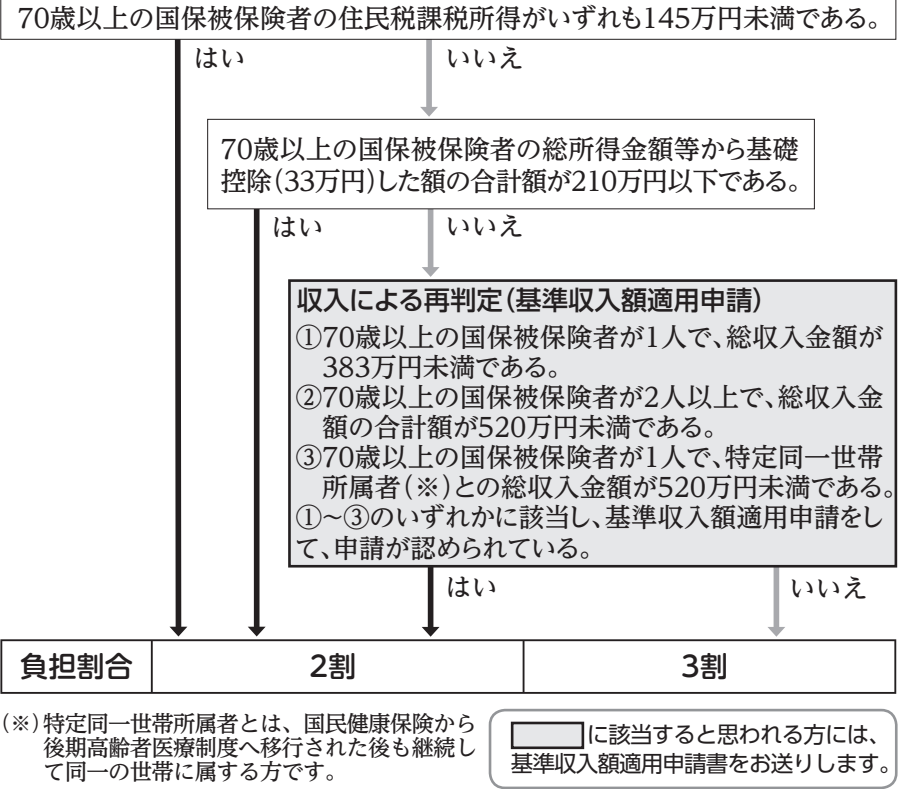
基準収入額適用申請

3割負担と判定されても、収入金額が一定額未満の場合、申請によって2割負担となる場合があります(別図1のとおり)。

該当する方には、7月上旬に「基準収入額適用申請書」を郵送します。収入金額を証明できる書類(確定申告書の写しなど)を添えて提出してください。

☎保険年金課資格係
☎(3546)5362

別図1 負担割合の判定方法(高齢受給者証)



障害年金診断書の提出期限を1年間延長

新型コロナウイルス感染症の影響を踏まえ、令和2年2月末から令和3年2月末までに障害年金診断書の提出期限を迎える方について、提出期限を1年間延長します。

既に診断書を提出された方

診断書を審査した上で、以下の取り扱いとします。

- ・障害等級継続または増額改定と判定された場合は、延長前の提出期限の翌月から、判定結果を反映します。
- ・減額改定、支給停止と判定された

場合は、現状の支給を継続し、延長後の提出期限時に、再度、診断書を提出いただき、審査、判定を行います。

◎今回の提出期限延長の対象となる方には、年金事務所から個別にお知らせが送付されます。詳しくはそちらをご確認ください。

☎中央年金事務所お客様相談室
☎(3543)1411(代表)
(音声ダイヤル「1」を選択、その後「2」を押してください)

国民健康保険加入者への ジェネリック差額通知の送付

7月下旬に送付するこの通知は、現在処方されている先発医薬品をジェネリック医薬品に切り替えた場合に、軽減される薬代の見込み額をお知らせするものです。ジェネリック医薬品を使うことで、医療の質を落とすことなく、皆さんの薬代の負担を軽くするとともに、国民健康保険が負担する医療給付費も低く抑えることができます。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

対象

ジェネリック医薬品への切り替えによる薬剤費軽減額が一定額以上見込まれる方

◎ジェネリック医薬品を使うときは、医師や薬剤師にご相談ください。

◎この通知は、全ての被保険者の方にお送りするものではありません。

◎通知の受け取り後、特に手続きは必要ありません。

☎保険年金課給付係
☎(3546)5361

後期高齢者医療制度保険証の更新・ 一部負担金の割合の判定

後期高齢者医療制度の保険証の更新

現在お手元にある保険証は、7月31日(金)が有効期限です。新しい保険証は7月中旬に簡易書留で郵送します。届きましたら、氏名・生年月日など記載内容をご確認ください。

◎8月から保険証のサイズを変更します。

有効期限

令和4年7月31日(2年間)

◎保険料を長い間滞納している方は、保険料の納付相談をした上で有効期限の短い保険証をお渡しする場合があります。

一部負担金の割合の判定

前年中の所得を基に、医療機関の窓口で支払う医療費の一部負担金の割合を新たに判定します。判定の結果、負担割合が変更になる方には、変更後の負担割合を記載した新しい保険証を7月中旬に郵送します。新しい保険証は8月1日(土)から使用できます(負担割合の詳しい判定方法は別図2のとおり)。

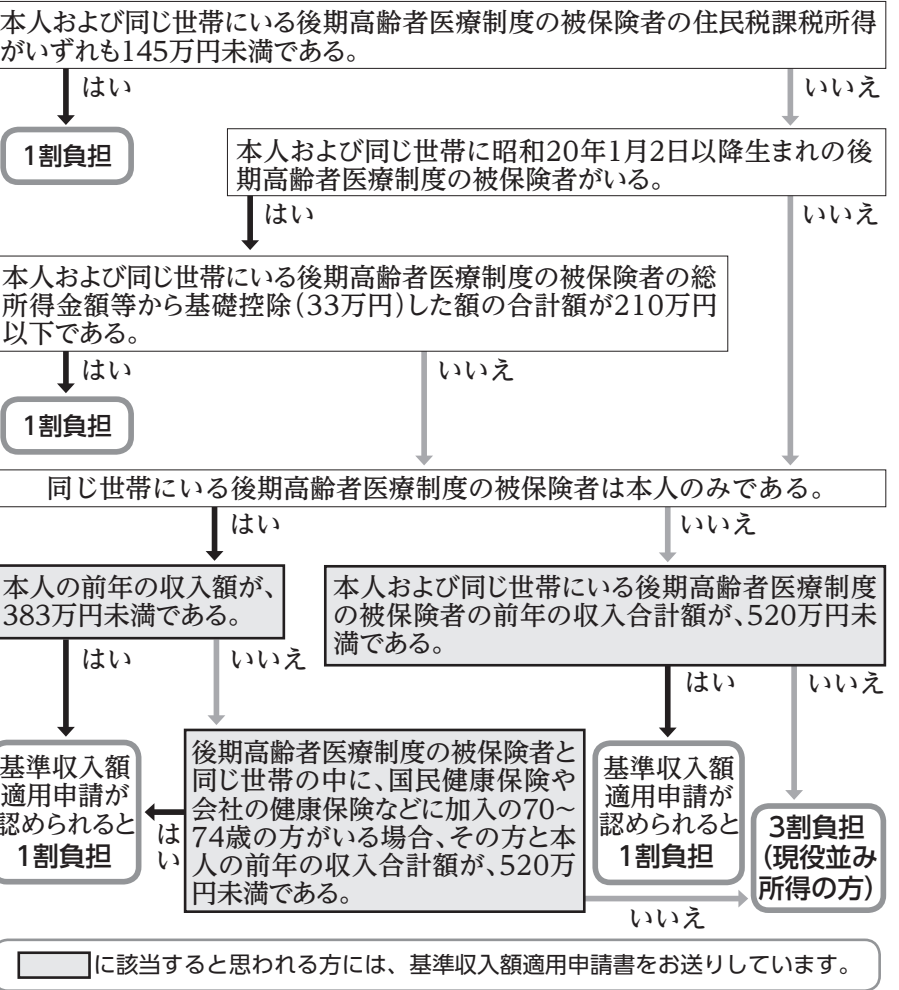
基準収入額適用申請

3割負担と判定されても、収入金額が一定額未満の場合、申請によって1割負担となる場合があります(別図2のとおり)。

該当する方には、「基準収入額適用申請書」を送付しています。収入金額を証明できる書類(確定申告書の写しなど)を添えて提出してください。

☎保険年金課資格係
☎(3546)5362

別図2 負担割合の判定方法(後期高齢者医療制度)



国民健康保険特定疾病療養受療証の更新

特定疾病療養受療証は、昨年の所得を基に自己負担限度額の区分を判定しているため、毎年7月31日が有効期限となります。

有効期限前に、新たな特定疾病療

養受療証を送付します。

◎更新の手続きをする必要はありません。

☎保険年金課給付係
☎(3546)5360

限度額適用(限度額適用・標準負担額減額)認定証の更新

限度額適用認定証の交付を受けている方は、医療機関の窓口で保険証と共に提示することによって、保険適用分の窓口での支払いが限度額までとなります。

現在お持ちの限度額適用認定証は、7月31日(金)が有効期限です。更新手続きのお知らせと申請書を7月初

旬にお送りしますので、必要な方は更新手続きをしてください。

◎70歳以上の方のうち、所得に応じて限度額適用認定証が不要な方がいます。詳しくはお問い合わせください。

☎保険年金課給付係
☎(3546)5360

情報コーナー

遊ぶ知る

施設

図書館の臨時休館

全館清掃・消毒などのため下記のとおり休館します。

【京橋図書館】
7月23日(祝)、9月21日(祝)

【日本橋図書館】
7月27日(月)、9月7日(月)

【月島図書館】
7月22日(水)・23日(祝)、9月21日(祝)

◎日本橋図書館は、休館日を変更したため7月23日(祝)は開館しています。

問京橋図書館
☎(3543)9025
日本橋図書館
☎(3669)6207
月島図書館
☎(3532)4391

保健・医療・福祉

特定健診・がん検診

対40歳以上の区民の方

内6・7月生まれの方へ「がん検診等受診券」を7月下旬ごろ発送します。

費無料(ただし、精密検査および検診内容以外の検査は受診者負担)

◎誕生月が8月以降の方で、早めの受診を希望される方はご連絡ください。

問福祉保健部管理課保健係
☎(3546)5397

講座・催し物

中高年齢者のためのパソコン教室

日・1回目
8月3日～27日の毎週月・木曜日 計8回

・2回目
9月3日～28日の毎週月・木曜日 計8回
午前10時～正午

場シニアセンター1階

対50歳以上の区内在住・在勤のパソコン初心者

内インターネットとメールを中心とした説明、操作(OSは、Windows8.1)を学習します。

定各回5人(申し込み多数の場合は抽選)

費無料

申7月17日(必着)までに往復はがきに①～⑤(7面記入例参照)⑥パソコン経験の有無・年数⑦希望する回を記入して申し込む(電子申請も可)。

問〒104-0051
中央区佃1-11-1
シニアセンター
☎(3531)7813

記入例(はがき・ファクス)

1人1枚限り

往復はがきの場合は返信用の宛名に〒・住所・氏名を記入

①講座名など
②氏名・ふりがな
③〒・住所
④電話番号
⑤年齢
⑥その他必要事項

◎図に〒・住所が記載されていない場合の宛先は
〒104-8404
築地1-1-1中央区役所
〇〇課〇〇係(問の宛名)
◎「電子申請も可」と記載されているものは
区のホームページの電子申請から申し込みも可能

令和2年度東京都子育て支援員研修(第2期)受講者募集

対区内在住・在勤で、今後子育て支援員として就業する意欲のある方

内子育て支援の分野に従事する上で必要な知識や技能などを有する「子育て支援員」の養成研修(地域保育コース・地域子育て支援コース・放課後児童コース・社会的養護コース)

◎応募方法について詳しくはホームページをご覧ください。

地域保育コースについて

問(公財)東京都福祉保健財団
☎(3344)8533
HP<http://www.fukushizaidan.jp/11kosodateshien/>

地域子育て支援コース・放課後児童コース・社会的養護コースについて

問(株)東京リーガルマインド
☎(5913)6225
HP<https://public.lec-jp.com/kosodate-tokyo/>

本研修制度全般について

問都福祉保健局少子社会対策部計画課
☎(5320)4121

スポーツ

第74回区民体育大会水泳大会

日9月6日(日)
午前9時30分～

場総合スポーツセンター温水プール

対区内在住・在勤・在学者で定期的に水泳の練習をしている小学生以上の方

費無料

申7月31日(必着)までに所定の申込用紙に記入の上、中央区体育協会事務局に郵送で申し込む。

◎実施要項および申込用紙は中央区体育協会の事務局窓口で配布する他、区または中央区体育協会のホームページからダウンロードすることもできます。

問〒104-8404
中央区築地1-1-1
中央区体育協会事務局
☎(3546)5729
HP<https://www.chuo-taikyo.jp/>

少年少女バドミントン大会

日9月12日(土) 午前9時～

場総合スポーツセンター 主競技場

対区内在住・在学の小学生男子ペアおよび女子ペア

【種目】
小学校4・5・6年生のそれぞれ男子・女子の部

【試合方法】
ダブルスによるトーナメント方式

費無料

申7月27日(必着)までに往復はがき(1組1枚限り)に①大会名②2人の氏名・ふりがな・性別・住所・

電話番号③学校名④学年⑤クラブまたはスポーツ少年団に入っている場合はその名称⑥ペアどちらか一方の返信用の宛先(住所・氏名)を記入して申し込む。

◎男女混合ペアによる申し込みはできません。

◎ラケット・練習用のシャトルは各自でご用意ください。

問〒104-8404
中央区築地1-1-1
中央区体育協会事務局
☎(3546)5729

税

令和2年分所得税および復興特別所得税の納期限(予定納税第1期分)

納期限は、7月31日(金)です。納期限までに納付をお願いします。

問東京国税局電話相談センター(税務署の代表電話から音声案内で1番を選択)
日本橋税務署
☎(3663)8451
京橋税務署
☎(4434)0011

その他

道路に看板・日よけを出すときは道路占用許可が必要

道路の上空に看板や日よけを設置するなどして、道路を継続して使用することを道路の占用といいます。

令和2年度特別区職員(経験者・Ⅲ類・障害者対象・就職氷河期世代対象)採用試験

第一次試験

【経験者採用試験・就職氷河期世代対象採用試験】
9月6日(日)

【Ⅲ類採用試験・障害者対象採用選考】
9月13日(日)

試験区分

別表1のとおり

申し込み方法・期間など

別表2のとおり

採用区分		試験区分
経験者	1級職	事務・土木造園(土木)・建築・機械・電気・福祉・児童福祉・児童指導・児童心理
	2級職(主任)	事務・土木造園(土木)・建築・福祉・児童福祉・児童指導・児童心理
	3級職(係長級)	児童福祉・児童指導・児童心理
Ⅲ類・障害者対象・就職氷河期世代対象		事務

採用区分	申し込み方法	申込期間	申込先
経験者・Ⅲ類・障害者対象・就職氷河期世代対象	郵送	7月14日(火)まで(消印有効)	〒102-0072 千代田区飯田橋3-5-1 特別区人事委員会事務局任用課
	インターネット	7月16日(木)午後5時まで(受信有効)	特別区人事委員会ホームページ

道路を占用するときは、あらかじめ、道路管理者の許可を受けるとともに、政令や条例で定められた占用料を支払う必要があります。また、道路占用許可を受けるには、占用物件ごとに基準が定められています。

なお、占用許可期間満了後、引き続き占用する場合は、更新手続きが必要です。

問・区道について
道路課道路占用係
☎(3546)5417

・区内の都道について
都第一建設事務所管理課(占用担当)
☎(3542)1474

・区内の国道1号・4号・6号・14号・15号・17号について
東京国道事務所管理第一課占用第一係
☎(3512)9096

「中央区地域スポーツクラブ大江戸月島」動画配信開始

中央区地域スポーツクラブ大江戸月島では、自宅でできる運動などの動画を配信しています。3～5分程度の動画で、サッカーや体操、空手などさまざまな種目の練習方法などを紹介していますのでご活用ください。

HP中央区地域スポーツクラブ大江戸月島事務局
<https://oedo.tokyo.jp>
econtact@oedo.tokyo.jp

◎4月1日からホームページアドレス、Eメールアドレスが変更しました。

試験案内・申込書配布場所

区役所1階まごころステーション・3階職員課、日本橋・月島特別出張所および特別区人事委員会事務局

◎受験資格・採用予定数など、詳しくは採用試験案内または特別区人事委員会ホームページをご覧ください。

問特別区人事委員会事務局任用課採用係
☎(5210)9787
職員課人事係
☎(3546)5248
HP<http://www.tokyo23city.or.jp/saiyou-siken.htm>

凡例
お問い合わせ(申込)先
HP
ホームページアドレス
Eメール
メールアドレス



新型コロナウイルス感染症の感染拡大の防止を図るため、5km、10kmの部を中止するなど、例年より規模を縮小して開催します。

日時
10月11日(日)
午前9時～
◎各種目ごとに順次スタートします。
◎雨天決行です。

会場
月島運動場周辺道路(走路略図のとおり)

参加資格
区内在住者(申し込み多数の場合は抽選)

競技種目など
別表のとおり
◎関門を設け、午前9時40分までに通過できない場合は失格とします(走路略図のとおり)。
◎全ての種目において、午前9時45分までにゴールできない場合は失格とします。
◎障害のある方で単独参加が困難な方は、伴走者を1人付けて参加することができます。

表彰
各部とも1位から3位までの方に賞状およびメダルを、4位から8位までの方に賞状を贈呈します。ファミリーの部は、ゴール後抽選を行い3組に記念品を贈呈します。
また、参加者全員に参加賞を、完走者には完走証を差し上げます。

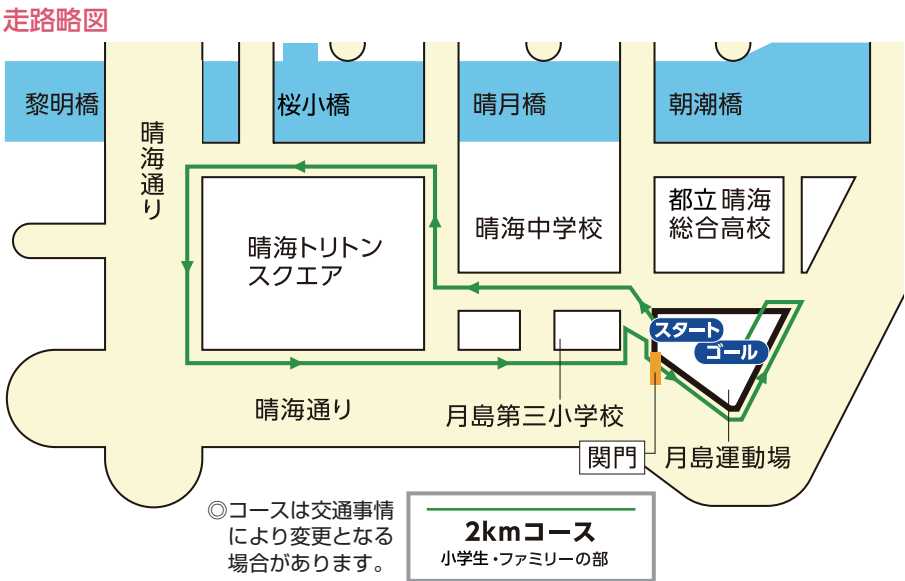
競技種目			参加資格 (区内 在住者)	定員
2km	小学生	男子の部(1・2年生)	2kmを30分以内で走れる方	150人
		女子の部(1・2年生)		
		男子の部(3・4年生)		150人
		女子の部(3・4年生)		
		男子の部(5・6年生)		150人
		女子の部(5・6年生)		
	ファミリーの部(※1・2)			75組

(※1)親子・兄弟など家族でのペアに限ります。
(※2)ラスト50mはペアで手をつないでゴールします。

参加費
2km小学生の部
800円
ファミリーの部
・大人(高校生を含む) 1,500円
・中学生以下 800円
◎参加費の他に当選時事務手数料220円が必要です。
◎当選時の払込手数料については、コンビニエンスストアが66円、ゆうちょ銀行または郵便局が203円です。ただし、インターネットによる申し込みには払込手数料はかかりません。

申し込み方法など
別記のとおり
◎申し込み多数の場合は抽選です。落選の場合は、メールまたははがきでお知らせします。
◎インターネットで申し込みをされた当選者には入金案内メールを、専用振替用紙で申し込みをされた当選者には払込用紙を送付しますので、期日までにお支払いください。
◎参加費のお支払いを指定期日までに完了された方が、参加確定者となります。

お願い
当日の午前8時30分から10時30分まで走路内は交通規制を行いますので、迂回にご協力をお願いします。また、安全のため走路内路上に駐車しないようお願いします。



公式ツイッター開設
7月1日(水)から、「区民スポーツの日」公式ツイッターの運用を開始しました。参加をご希望の皆さんのフォローをお願いします。
ユーザー名
@chuo_sports_day
発信する主な内容
・マラソン大会の参加者募集情報
・イベントの情報
・交通規制情報およびバスの迂回運行情報
・開催当日のマラソン大会やイベントの様子
・当日雨天であった場合の開催情報

◎公式ツイッターは、「区民スポーツの日」実行委員会からの情報発信専用です。ツイッターでの問い合わせ(リプライ、ダイレクトメッセージなど)には対応できません。
問大会全体について
「区民スポーツの日」実行委員会事務局(スポーツ課内)
☎(3546)5531
◎インターネットでの申し込みについては、RUNNETサポートセンターへお問い合わせください。
HPRUNNETサポートセンター
<https://runnet.jp/help/>

別記
●インターネットで申し込みをする場合
申込期間 7月1日(水)～20日(月)
◎<https://runnet.jp/> (24時間アクセス可能)へアクセスしてお申し込みください。受け付け後、確認のメールを送信します。
◎RUNNETを初めてご利用いただく方は、会員登録が必要となります。
◎RUNNETは(株)アールビーズが運営しています。
●専用振替用紙で申し込みをする場合
申込期間 7月1日(水)～14日(火)
◎区施設に置いてある「マラソン大会募集要項」に付いている専用振替用紙に必要事項を記入の上、最寄りのゆうちょ銀行または郵便局からお申し込みください。
◎専用振替用紙で申し込みをする場合は、申し込み時事務手数料100円と払込手数料203円が必要です。

【お詫びと訂正】
「区議会だより」6月15日号に誤りがありました。お詫びして訂正します。
2面「区議会の構成」委員会名
正 議会運営委員会
誤 議員運営委員会

(8)「区のおしらせ ちゅうおう」は区役所、特別出張所、区民館などの区施設、コミュニティバス、区内公衆浴場、一部金融機関、百貨店、ファミリーマート(一部店舗を除く)、都営地下鉄の駅(東銀座・宝町・築地市場・日本橋・人形町・東日本橋・馬喰横山・浜町・勝どき・月島)、東京メトロの駅(京橋・銀座・東銀座・新富町・築地・八丁堀・三越前・日本橋・人形町・茅場町・小伝馬町・水天宮前・月島)、JRの駅(新日本橋・馬喰町)、文化堂でも配布しています。